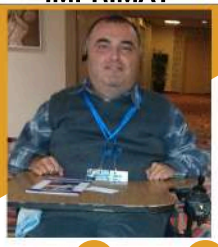
Asociatia “HandHope”
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT



Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut”

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Septembrie-Octombrie 2022
Se distribuie gratuit
Nr. 235 - 236

„Doamne, auzi-mi glasul, dimineața! Dimineața eu îmi îndrept rugă-ciunea spre Tine, și aștept. ”
(Psalm 5:3)

Editorial

România a obținut cel mai mic punctaj dintre toate țările europene în ceea ce privește accesul persoanelor cu dizabilități în transportul public, toalete publice, baruri, cafenele și restaurante

Lavinia Elena Niculicea

Accesibilitatea este, practic, prima condiţie pentru a putea vorbi despre incluziunea reală a persoanei cu dizabilităţi în societate. Din păcate, în România, spaţiul public nu este încă accesibil persoanelor cu dizabilităţi. În unele instituţii publice importante nu există rampe de acces în clădire sau acolo unde există, acestea sunt nefuncţionale sau sunt construite necorespunzător.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:
Radu Alexa - pag. 3
Cred în Dumnezeu și când tace - pag. 4
Cel mai greu drum este... - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă” - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Vreau să o salvez pe Lyana - pag.16
Indiferent ce spun alții - pag.19

continuare din pag. 1

Deşi, sub aspect legislativ s-au adoptat unele reglementări ce susţin accesibilizarea spaţiilor pentru persoane cu dizabilităţi, cum ar fi Legea nr. 448/2006 privind protecţia şi promovarea drepturilor persoanelor cu handicap, în practică, respectarea acestora lasă de dorit.

Potrivit unui studiu realizat de UpCounsel, România a obţinut cel mai mic punctaj dintre toate ţările europene în ceea ce priveşte accesul persoanelor cu dizabilităţi în transportul public, toalete publice, baruri, cafenele şi restaurante. UpCounsel a acordat fiecărui stat membru al UE un punctaj de la 1 la 10.

„Deşi România are câteva locuri uimitoare de vizitat, precum bisericile de lemn din Maramureş sau Delta Dunării, din păcate, aceasta este cea mai puţin accesibilă destinaţie de vacanţă din Europa. Cu un scor general de accesibilitate de doar 2,7, din păcate, este posibil să trebuiască să eliminaţi România din lista de posibilităţi dacă aveţi nevoie de acces", se arată în studiul celor dela UpCounsel.

De fapt, România a obţinut un punctaj extrem de slab la categoria: toalete publice accesibile, ceea ce reprezintă un motiv de îngrijorare pentru persoanele cu dizabilităţi care doresc să viziteze obiectivele turistice.

Daniela Tontsch, preşedinta Consiliului Naţional al Dizabilităţii din România, spune că a trimis sesizări multor agenţi economici cu privire la lipsa accesului persoanelor cu dizabilităţi la spaţiul public, însă nu a primit niciun răspuns.

„Persoanele cu dizabilităţi din România sunt ignorate în general, nu avem acces la educaţie, sănătate, muncă, la spaţiul public. Dacă nu avem acces în baruri, cafenele, restaurante, este pentru că agenţii economici consideră că nu avem ce cheltui în unităţile lor comerciale. Am trimis sesizări multor agenţi economici cu privire la lipsa accesului pentru persoanele dependente de scaunul rulant, nu am primit niciun răspuns. Am interacţionat direct cu angajaţi ai unor restaurante şi i-am rugat, pe fiecare în parte, să transmită şefilor lor că persoanele în scaun rulant nu au acces. Unii mi-au spus, parcă vorbiţi între ei: „lăsaţi, că persoanele cu dizabilităţi nu au bani de cheltuit la restaurant". Am observat că patronii reacţionează la recenziile făcute pe Google, acolo deranjează puternic dacă dai o stea pentru lipsa accesibilităţii. Dar până la restaurant, ai de escaladat gropile din trotuare şi bordurile de 30 cm, după ce ai ocolit pe carosabil maşinile parcate pe trotuar. Iar faptul că nu avem acces în toaletele publice este şi mai descuranjant pentru noi să ieşim în oraş sau să călătorim", a declarat Daniela Tontsch.

Călătoriile reprezintă un aspect important al vieţii. Ţinând cont de faptul că marea majoritate a lumii a fost închisă în ultimii doi ani, din cauza pandemiei, multe persoane pleacă în vacanţe de tip „bucket-list", în timp ce altele aleg oferte ieftine de ultim moment. Cu toate acestea, pentru persoanele cu dizabilităţi, călătoriile pot fi o experienţă complicată, deoarece cei care folosesc scaune cu rotile sau alte mijloace de mobilitate trebuie să şi le planifice mai riguros.

Potrivit studiului realizat de UpCounsel, cea mai bine clasată naţiune este Regatul Unit, care a obţinut un scor de 7,3/10. Regatul Unit este locul potrivit dacă sunteţi în căutarea unor mijloace de transport şi toalete publice accesibile pentru persoane cu dizabilităţi.

Pe locul al doilea, la mică distanţă, se află Spania, cu un scor de 7,1/10 în ceea ce priveste accesul persoanelor cu dizabilităţi la spaţiul public. Chiar dacă nu s-a clasat pe primul loc, aceasta a obţinut un punctaj constant şi bun la toate categoriile.

Pe locul al treilea se află Italia, cu un scor de 6,8/10. Aceasta s-a clasat pe primul loc în ceea ce priveşte cafenelele, barurile şi restaurantele accesibile, dar a obţinut rezultate slabe în ceea ce priveşte toaletele publice accesibile şi transportul public adaptat pentru persoanele cu dizabilităţi.

Consiliul Naţional pentru Combaterea Discriminării s-a sesizat recent, după ce o tânără în scaun rulant a acuzat doi şoferi al Societăţii de Transport Bucureşti că au umilit-o pe ea şi pe mama ei.

Tânăra, care studiază în Spania, afirmă într-o postare pe Facebook, că şoferul unui autobuz a refuzat să le deschidă uşa, iar al doilea a refuzat să plece din staţie până când ea şi mama ei nu i-au mulţumit pentru ajutorul dat la urcarea în autobuz şi a insultat-o pe mama tinerei.

-sfârşit-

SURSA: https://jurnal-social.ro/romania-a-obtinut-cel-mai-mic-punctaj-dintre-toate-tarile-europene-in-ceea-ce-priveste-accesul-persoanelor-cu-dizabilitati-in-transportul-public-toalete-publice-baruri-cafenele-si-restaurante/
Preluat cu permisiune

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061 ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice", tel. 0247-313041 şi 0748-137997

Radu Alexa

Nu vă lăsați conduși de prejudecăți și nu vă impiedicați de bariere pe care nu credeți că le puteți înlătura

Lavinia Elena Niculicea

Radu Alexa, în vârstă de 41 de ani, de profesie jurist, este genul de om care te inspiră și te motivează, pentru care nu există conceptul „Nu pot". El a fost criminalist la Inspectoratul Județean Suceava până în 2014, când în urma unui accident casnic a rămas imobilizat într-un scaun rulant. Cu toate acestea, Radu alege în fiecare zi să arate oamenilor din jur că este un învingător și că viața merită trăită indiferent de greutățile prin care treci. În prezent, el este pensionar MAI. Totodată, Radu se implică în multe proiecte umanitare și luptă pentru drepturile persoanelor cu dizabilități. De curând, Radu a câștigat locul II la „Step Chef Atipic", prima ediție a concursului de gătit pentru persoane cu dizabilități.

Radu povestește că viața lui s-a schimbat brusc, în urmă cu opt ani. Avea o viață normală, o familie reușită (o soție, un copil), însă, la un moment dat, un accident stupid a schimbat totul.

„În septembrie 2014, am suferit un accident (cădere de la înălțime), în urma căruia mi-am fracturat coloana și în consecință am rămas imobilizat în scaun rulant, încadrat în grad de handicap grav cu însoțitor", a spus el.

Radu spune că a trebuit să învețe că dizabilitatea aduce cu sine o serie de incoveniente, fiind nevoit să se adapteze la noua viață, cea dintr-un scaun rulant.

„Dizabilitatea vine la pachet cu multe inconveniente, cele mai multe cauzate de slaba accesibilizare a spațiului fizic. Mai exact, centrul orașului în care locuiesc este accesibilizat în proporție de cca. 60%, dar pe măsură ce te depărtezi de centru deplasarea în scaun rulant este din ce mai dificilă până la imposibilă. Așadar, pentru a duce o viață aproximativ normală, trebuie să te adaptezi, să-ți schimbi anumite obiceiuri, să configurezi trasee de deplasare în funcție de accesibilitatea spațiului", explică Radu.

Radu adaugă că și-a achiziționat o mașină pe care a adaptat-o nevoilor lui și care îl ajută să fie independent.

„La acest moment, pot spune că singura barieră este, așa cum am spus mai sus, legată de accesibilizare, în rest m-am adaptat și pot spune că sunt bine. Am adaptat o mașină pe care o conduc singur și, astfel, mă deplasez mai ușor. Aș mai putea adăuga că am simțit și o schimbare pozitivă de mentalitate a societății civile în ultimii ani, oamenii percep altfel persoanele cu dizabilități implicate în viața socială", mărturisește tânărul sucevean.

În ceea ce privește accesul persoanelor cu dizabilități la un loc de muncă, Radu spune:

„Despre piața muncii sunt multe de discutat. Îmi spunea cândva un antreprenor local de succes că „numai cine nu vrea nu muncește", locuri de muncă sunt, antreprenori dispuși să angajeze persoane cu dizabilități sunt, astfel că incluziunea persoanelor cu dizabilități pe piața muncii poate deveni o realitate. Evident, sunt chestiuni de adaptare pentru ambele părți, dar tendința de angajare cred eu că este una ascendentă".

Dizabilitatea nu l-a împiedicat să-și urmeze visurile, să lucreze și să-i ajute pe alții, contribuind la dezvoltarea comunității. Radu a reușit să-și înființeze propria Asociație umanitară: „Help and advace", prin care desfășoară proiecte umanitare.

„Eu, fiind pensionar, nu mă gândesc la angajare, nu din comoditate, ci din perspectiva timpului. Am un ONG cu care desfășor lunar mini-proiecte unamitare, sociale, sportive, sunt și asociat într-un SRL în domeniul construcțiilor, și deja orarul meu zilnic este destul de încărcat", mai spune Radu.

În timpul liber lui Radu îi place să gătească. El mărturisește că această pasiune ce îl destinde și-a descoperit-o pe parcursul pandemiei, când lipsa de activități exterioare l-a îndemnat să stea mai mult în bucătărie.

„Am început să gătesc de când cu pandemia COVID-19. La început mai timid, apoi cu timpul a început să-mi placă, practic în bucătărie mă relaxez", spune el.

continuare în pag. 17

„Biblia rămâne cea mai citită carte. Tu ai citit-o?”

Cred în Dumnezeu și când tace

Adrian Neagu

Mi-a plăcut dintotdeauna să particip la închinarea publică și să practic unele dintre disciplinele spirituale. Nu am avut experiența unei convertiri cu tunete și fulgere, ci mai degrabă Dumnezeu mi S-a descoperit ca „un susur blând și subțire“ (1 Împărați 19:12).

Nu îmi pot aminti perioade în care să nu fi crezut că Dumnezeu există și nici pribegiri îndelungate prin pustiurile îndoielilor metafizice. Am învățat să-L iubesc pas cu pas, așa cum am învățat să îmi iubesc părinții sau familia extinsă. Nu sunt singurul care L-a cunoscut în acest fel și nici nu pretind că asta m-a scutit de întrebări, de îndoieli sau de alegeri greșite.

Și, cu toate că nu am răspuns mereu cu aceeași iubire și cu devotament, Dumnezeu a fost și continuă să fie pentru mine „nespus mai mult“ (Efeseni 3:20) decât pot cere sau gândi. Cu toate acestea, pentru mine credința este o alegere, un mod de viață pe care îl exersez zilnic, „constrâns“ de puterea iubirii Lui și de mulțimea dovezilor cu care mă copleșește.

Așadar, iată de ce cred în El

Pentru că îmi oferă în fiecare zi dovezi ale prezenței și călăuzirii Sale. Aceasta m-a uimit dintotdeauna la Dumnezeu, anume că, deși nu l-am văzut fața, am știut mereu că a trecut pe acolo înainte. Mi-a lăsat suficiente dovezi ca să știu că a fost El. De la detaliile mărunte care pot fi cuprinse în „pâinea cea de toate zilele“ până la aspectele existențiale importante (care țin de „Împărăția Ta“), El a fost mereu pentru mine un Tată iubitor și bun. Am fost uimit încă din copilărie de măreția Lui, de înțelepciunea și puterea Sa, de dragostea și grija Sa față de mine. Pentru mine, tot ce este bun și frumos în viața mea este o dovadă zilnică a prezenței Sale, tocmai de aceea aleg să cred.

Pentru că mă lasă să pun întrebări. Mulți teologi consideră că prima carte în ordine cronologică a Scripturii este cartea întrebărilor lui Iov – sau ale lui Moise. Chiar dacă în primele cinci cărți ale Bibliei Moise pare un om al certitudinilor, în relatarea istoriei lui Iov el vorbește deschis despre o altă dimensiune a relației cu Dumnezeu – întrebările, frământările, necunoscutul.

Evident, este lupta lui Iov, dar cu siguranță a fost și lupta lui Moise și este, cred, a fiecăruia dintre noi. Mi-a plăcut să înțeleg că Dumnezeu apreciază rațiunea mea și mă lasă să pun întrebări, să mă îndoiesc de ceea ce văd, de ceea ce știu, să nu îmi ignor frământările, ci să vin cu ele înaintea Lui.

El nu Se preocupă doar să îmi fie mie bine, ci îi iubește la fel de mult și pe cei din jurul meu. Atunci când are un singur lucru de împărțit între mine și altcineva, El îl dă totdeauna celui care are mai mare nevoie, nu celui care strigă mai tare sau mai frumos.

Am observat că lipsa întrebărilor nu este neapărat o calitate, iar încercarea oarbă de a ne argumenta prejudecățile, asemenea prietenilor lui Iov, nu este apreciată de El așa cum este căutarea sinceră și stăruitoare a adevărului. Tocmai pentru că îmi oferă mereu opțiunea necredinței, aleg în fiecare zi să cred în El.

Pentru că are totdeauna dreptate. Am văzut asta în Biblie. Deși citesc Biblia de când am învățat literele, sunt copleșit de fiecare

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

dată de exactitatea și autenticitatea ei. Atât în ceea ce privește principiile morale, cât și în amănuntele istorice sau profetice, Biblia este adevărată în totalitate. Mă bucur să descopăr că Dumnezeu a condus procesul scrierii și păstrării ei cu atât de multă grijă încât să ne ferească de îndoieli inutile sau de dileme morale dificile.

El nu ne-a lăsat nouă sarcina să decidem ce este adevărat sau cât din Biblie este inspirat de El și cât nu, ci ne-a oferit o Scriptură completă și demnă de a fi crezută. Faptul că în experiențele vieții, în cercetarea arheologilor, în dovezile oferite de știință sau în curgerea evenimentelor văd că Dumnezeu a avut și are dreptate îmi dă curaj și încredere să aleg în fiecare zi să cred în El și în Cuvântul Lui.

Pentru că îi iubește și pe alții, nu doar pe mine. Acesta este unul dintre lucrurile fantastice despre Dumnezeu.

El nu Se preocupă doar să îmi fie mie bine, ci îi iubește la fel de mult și pe cei din jurul meu. Atunci când are un singur lucru de împărțit între mine și altcineva, El îl dă totdeauna celui care are mai mare nevoie, nu celui care strigă mai tare sau mai frumos.

Aceasta înseamnă că uneori îmi spune „nu" sau „nu este pentru tine" sau „nu de data aceasta". Doar timpul și sinceritatea pot confirma că El a procedat corect și față de mine, și față de ceilalți. Tocmai de aceea cred, pentru că înțelepciunea și îndurarea Sa depășesc orice intuiție umană. Cred, pentru că este cu mult mai sus decât cel mai înalt gând pe care l-aș putea avea vreodată.

Pentru că tace și Se ascunde. Poate părea paradoxal, dar unul dintre motivele pentru care aleg să cred în fiecare zi este și pentru că uneori El tace și Se ascunde. Cred nu doar pentru că îmi ascultă rugăciunile, ci și pentru că nu le ascultă așa cum vreau eu sau pare că nici măcar nu le observă. Dacă Dumnezeu ar asculta toate rugăciunile ar însemna că noi suntem cei care Îi facem programul, că noi Îi dictăm ce și cum să facă.

Tăcerea Lui îmi transmite indirect că El știe mai bine, că mă pot baza pe El. În același timp, eu știu că de multe ori Se ascunde nu pentru că vrea să mă vadă cum sufăr, ci pentru că e drept să îi ofere posibilitatea alegerii și celui care e pornit să îmi facă rău. Dumnezeu îl vrea salvat și pe el. Și, tocmai pentru că știu că, în ciuda absurdului ei, Dumnezeu poate folosi suferința spre binele cuiva și spre slava Lui, eu aleg să cred. Pentru că vreau să crezi și tu.

Pentru mine, credința este un privilegiu. Nu este o corvoadă și nici o limitare moștenită. Nu cred doar pentru că i-am văzut pe alții și nici pentru că așa este tradiția comunității mele de credință.

Pentru mine, credința este un privilegiu. Nu este o corvoadă și nici o limitare moștenită. Nu cred doar pentru că i-am văzut pe alții și nici pentru că așa este tradiția comunității mele de credință.

Sunt așa de bucuros de ceea ce am găsit încât aș vrea să te poți bucura și tu de pacea și încrederea pe care le aduce credința în viața celui ce Îl întâlnește pe Dumnezeu. Chiar dacă Biblia vorbește despre o lume cerească, unde copiii credincioși ai lui Dumnezeu se vor putea bucura de viața fără sfârșit și fără suferință, totuși El nu este dezinteresat nici de fericirea noastră prezentă. Când gustăm din frumusețea vieții împreună cu El este imposibil să nu ne dorim ca și alții să guste. Religia autentică este ca un izvor. Cred pentru ca și tu să poți crede, ca și alții să creadă și în felul acesta lumea să fie un loc mai frumos.

Adrian Neagu L-a cunoscut pe Dumnezeu încă din copilărie. El crede că Dumnezeu ne oferă dovezi de credință și când Se descoperă în viața copiilor Săi, dar și atunci când pare că Se ascunde de ei.

-sfârșit-

Sursa: https://semneletimpului.ro/religie/crestinism/credinta/cred-in-dumnezeu-si-cand-tace.html
Preluat cu permisiune

Cel mai greu drum

Florin Ianovici

Cel mai anevoios drum nu e cel cu gropi.

Cel mai dificil drum nu e cel neasfaltat.

Cel mai complicat drum nu e cel fără indicatoare.

Cel mai greu drum nu e cel cu obstacole.

Cel mai lung, mai dificil și anevoios drum este cel al așteptării împlinirii rugăciunii tale.

Deseori îndoiala coboară cu umbrele sale.

Alteori oboseala devine un obstacol de netrecut.

Dezamăgirea este de multe ori un tovarăș de drum nesuferit.

Câți dintre noi am înălțat rugăciunea către Dumnezeu și așteptăm?

Te rogi pentru un copil răzvrătit. Sfâșiat de durere îi vezi alunecarea, îi vezi alegerile greșite și mai ales încăpățânarea. Nu te ascultă. Nu te bagă în seamă. Mai mult de atât, deseori îți răspunde obraznic. Uneori l-ai pedepsi, alteori l-ai îmbrățișa. Nici tu nu mai știi cum să faci.

Te rogi pentru partenerul de viață care s-a înstrăinat. Îndoiala te încolțește și te înjunghie în inimă. De ce este atât de rece? De ce nu mai vorbim? De ce nu mai privește spre mine? Te străduiești, faci eforturi să îi fii pe plac, dar vezi cum totul pare în zadar.

Te rogi pentru un părinte bolnav. Nu poți îndura să vezi chinul care mistuie trupul bolnav. Ești acolo lângă el și te înfurie neputința ta. Îl vezi cum se stinge și aceasta te consumă și pe tine. Poate chiar tu ești prins în chingile bolii și nu mai vezi ieșirea.

Te rogi pentru o situație complicată.

Azi e o colegă de serviciu veninoasă.

Mâine este vorba de lipsa banilor pentru facturi.

Ai de susținut un examen dificil.

Meseriașul nu mai vine și nimic nu mai merge în casă.

Mașina e pe butuci și nu găsești defecțiunea.

Mereu apare câte o luptă ciudată, grea, neașteptată. Oare se va liniști vreodată totul?

Te rogi. Așa știi să lupți. Te rogi și aștepți. Doar că drumul așteptării e tare anevoios. De multe ori pare fără sfârșit.

Ce poți face?

Ia-ți ochii de la problemă și fixează-i pe Hristos.

Problema te agită, dar Hristos te liniștește. Problema strigă, face zgomot, dar Hristos este plin de pace. Sunt atâtea lucruri care îți scapă.

Dumnezeu îți trimite semnale că nu te-a uitat, că nu te-a abandonat. Ai descifrat semnul dragostei Lui în ziua de azi? Ai deschis ochii. Îți bate inima. Te-ai ridicat din pat. E soarele pe cer. Respiri. Ai o zi nouă plină de îndurare de la Dumnezeu. Privește de aproape la ce ai și mulțumește lui Dumnezeu. Cu fiecare mulțumesc rostit de tine, Hristos e mai aproape.

Mai fă un pas pe calea ascultării și stăruinței în rugăciune.

Israelul a înconjurat Ierihonul de 7 ori. Unii erau dezamăgiți. Alții doreau să renunțe. Părea inutil să te toți învârți în jurul

continuare în pag. 12

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să știm

Cumpătarea, un antidot pentru multe boli

-ultima parte-

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

2. Neglijarea corpului

Am simțit vreodată o voce interioară la masă care ne spune în timp ce consumăm hrana: „e prea mult", „trebuie să mă opresc"? De câte ori ascultăm de ea?

De câte ori am simțit că organismul cere mișcare?

De câte ori a strigat organismul după odihnă la timp? Lipsa de odihnă duce la oboseală, la funcționarea îngreunată a organelor, care se concentrează pe menținerea funcțiilor vitale ale creierului, duce la obiceiuri nesănătoase și alimentație care favorizează apariția bolilor.

Cumpătarea este o virtute, o valoare care se obține în timp.

Ne cunoaștem organismul? Noi zicem că îl cunoaștem și ne comportăm cu el ca și cu un copil răsfățat, dându-i tot ceea ce vrea, când vrea. Medicina alopată și cea naturistă din zilele noastre, ne oferă destule indicații cu privire la efectele neglijării nevoilor reale ale corpului.

Suntem dispuși să ne sacrificăm corpul, lăsându-l la voia plăcerilor nesănătoase? Suntem dispuși să suferim consecințele lor? Le cunoaștem?

Ce putem face pentru a auzi din nou această "voce interioară" care să ne îndemne la bine?

Iată câteva acțiuni care ne sunt de folos:

- Începe prin a-ți seta un program: fixez -fără ceas dacă este posibil- x oră pentru trezire, mâncare la x oră (măcar două mese stabile de preferat dimineața și prânz și cât mai puțin seara), dormire la x oră (cel mult 10.30). Creierul începe să ne atenționeze dacă ascultăm de el și se formează un obicei.

- Setează anumite ore pentru televizor, telefon, etc – respectiv alege cu grijă ceea ce vezi/auzi. A umbla tot timpul în jurul acestor dispozitive, ne va prelua din energie, și ne va sărăci voința de a mai face altceva, de a mai face schimbări. Culcatul târziu este influențat în mare măsură de acestea. Nu vă îngăduiți mai mult de o anumită oră de privit la televizor și controlați sever ceea ce urmăriți sau audiați, pentru a vă da timp să gândiți, să creați, să faceți planuri, să vă rugați, să înțelegeți cum să vă tratați propriul organism.

- Ascultați de această „voce" când vă spune să vă opriți. Cu cât o neglijăm, cu atât mai insensibili vom deveni la apelurile sale. Ascultarea acestor apeluri poate că ni se va părea imposibilă, anevoioasă, nedreaptă, însă ea nu face decât să ne ajute și să ne ferească de necumpătare.

- Puneți tradiția la locul ei și adoptați noi obiceiuri. Nu vom putea crește din nici un punct de vedere dacă lăsăm obișnuința să ne ghideze viața. Expresii ca „așa am apucat", „așa ne-am obișnuit", denotă un grad alarmant de comoditate și de lipsă de studiu, în detrimentul propriei dezvoltări.

3. Neglijarea minții, inimii. Suntem creați să funcționăm ca un întreg (minte, corp, inimă).

Neglijarea unei părți, are corespondent sau legătură cu altă parte.

Astfel că acumularea unui surplus de alimente, nu duce doar la depozite de grăsime, ci la îngreunarea circuitului sângelui în corp, duce la setarea creierului pe obiceiul de a decide pe bază de plăcere, și nu de principii, dacă am putea să spunem așa.

Obiceiurile bune întăresc creierul, îl ajută să își dezvolte voința, atenția, îl învață să se concentreze pe ceea ce este mai apropiat de regulile inițiale oferite de Creator, într-un cuvânt, ajută la formarea caracterului.

Cu privire la inimă, alimentația influențează într-o măsură considerabilă starea noastră:

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

suntem uşor iritabili după ce am consumat dulce, suntem lipsiţi de puterea de a acţiona sau decide în momentul în care avem stomacul prea plin, în schimb o alimentaţie corespunzătoare, echilibrată, ne oferă o stare de bine, face loc pentru activităţi care implică efort, emoţii pozitive: bucurie, empatie, etc şi ne ajută la o gestionare echilibrată a emoţiilor negative: tristeţe, furie, frică, etc.

Studiile susţin că omul nu poate trăi în afara colectivităţii; tot ele susţin automat influenţa pe care o are colectivitatea asupra noastră. Totuşi observăm necesitatea păstrării individualităţii într-o lume care doreşte să gândească tot mai „global".

Relaţia cu semenii şi cu Dumnezeu are un cuvânt de spus asupra sănătăţii. De câte ori nu auzim sau poate noi suntem în situaţia aceea : m-a supărat x aşa de rău că nici nu îmi mai vine să mănânc sau din contră sunt atât de supărat/ă pe x că îmi vine să ronţăi întruna.

Dacă simţiţi un „gol" în suflet, acela nu poate fi umplut cu mâncare, băutură...

Dacă simţiţi un „gol" în suflet, acela nu poate fi umplut cu mâncare, băutură, etc. Postul îşi are şi el rostul său benefic, întrucât ajută la măturarea toxinelor acumulate.

Câteva acţiuni care ne pot ajuta să găsim antidot pentru îmbunătăţirea stării de sănătate:

- Hrăniţi sufletul zilnic. Aşa cum ne luăm timp să ne hrănim fizic, aşa avem nevoie şi de hrană sufletească. Dacă am înţelege cât de importante sunt dimineţile şi serile în compania lui Dumnezeu, prin rugăciune şi studiu, creştinismul nostru ar fi nu bazat pe forme, ci pe experienţe autentice şi transformatoare

- Lăsaţi-vă influenţaţi de prieteni care vă ridică, şi fiţi o influenţă care ridică pe alţii. Când vine vorba de alimentaţie şi de alte obiceiuri, le-am adoptat pe principiul "aşa face (mănâncă) toată lumea"? Lumea este formată din părerile prietenilor, rudelor apropiate, oamenilor ce au o anumită influenţă puternică în viaţa mea. Lumea, ca entitate nedefinită, nu suferă nici o consecinţă , însă fiecare om suferă consecinţele despre care "zice lumea". De aceea este important părerea cui contează în viaţa noastră? Are acea persoană obiceiuri sănătoase? Sunt eu o influenţă pentru acea persoană sau mă influenţează ea pe mine în ce nu e sănătos? Înţeleptul spune :"omul care nu este stăpân pe sine este ca o cetate surpată şi fără ziduri" (Proverbe 25,28)

- Iertaţi, iubiţi. Secolul nostru este un secol al concentrării pe sine, al satisfacerii propriilor plăceri, nevoi, dorinţe în detrimentul sau neluând în calcul influenţa asupra celuilalt. Cel mai adesea ne limităm în a ne debarasa de cei care ne-au rănit, ne-au umilit sau ne-au jignit. Şi nu este greşit să ne îndepărtăm de aceştia, întrucât nu putem trăi într-un climat ostil mult timp. Însă uităm să iertăm. Iertarea nu are de-a face cu acţiunea celuilalt, ci cu propria acceptare a realităţii, propria vindecare şi dorinţa de a merge mai departe, căutând să fim mai asemănători modelelor creştine pe care le avem (Iosif care îşi iartă fraţii, David care îşi iartă socrul, Domnul Isus care îşi iartă călăii). Iertând ajungem să privim situaţiile prin care trecem căutând soluţii, nu vinovaţi.

Iubirea se răsfrânge în multe ipostaze: iubeşti atunci când încurajezi, când refuzi politicos, când eşti generos, când ai în vedere şi sentimentele celuilalt atunci când vorbeşti (îmi aduc aminte de ceea ce spune Sfântul Apostol Pavel: „vorbirea voastră să fie totdeauna cu har, dreasă cu sare, ca să ştiţi cum să răspundeţi fiecăruia" – Coloseni 4,6), când gătesti sănătos, când foloseşti timpul pentru comunicare cu cei dragi, inclusiv când ai grijă de tine!

Cumpătarea este o virtute, o valoare care se obţine în timp. Valorile nu au limită superioară – adică un anumit prag pe care să îl ating, însă au o limită inferioară, adică până unde pot coborâ. Să ne hrănim cu acele obiceiuri care duc la construirea unor valori pentru care nu există lege, întrucât ele însele fac parte din ea: dragostea, bucuria, pacea, îndelunga răbdare, bunătatea, facerea de bine, credincioşia, blândeţea, înfrânarea poftelor.

Să folosim cumpătarea ca pe un antidot împotriva bolilor şi suferinţei care ţine de noi!

Citind un articol despre cumpătare mi-au rămas în minte următoarele cuvinte: „Cumpătarea are printre fructele sale liniştea aşteptată şi odihna, pacea necesară, în cele din urmă. Cumpătarea nu face să se stingă sau să se nege dorinţele şi pasiunile, dar îl face pe om cu adevărat stăpân pe sine. Pacea este „liniştea ordinii"…"

Vă dorim atât cultivarea virtuţii de a fi cumpătat cât şi roadele determinate de prezenţa acesteia: sănătate, linişte şi vigoare!

-sfârşit-

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

Persoane cu lepră în Vechiul Testament

LUCIAN ALDEA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Lepra este cea mai cumplită boală care a provocat dizabilități, având răspândire vastă în Antichitate și în Evul Mediu. Se mai numește și boala Hansen după numele medicului care, în 1873, a descoperit agentul cauzal și, implicit, a deschis calea tratamentului care a stopat această boală, astăzi fiind prezentă doar în unele țări sărace. Cea mai eficientă soluție aplicată de antici era izolarea definitivă a bolnavilor în colonii. Astfel că, pe lângă problemele fizice de amputare a membrelor și orbire, excluderea din familie și societate făcea suferința și mai grea. De asemenea, capitolele 13 și 14 din cartea Leviticul conțin o serie de instrucțiuni menite să facă distincția dintre lepră și bolile dermatologice, precum și carantinarea pacientului.

A fi bolnav de lepră era o tragedie. **Maria** a stârnit o revoltă împotriva autorității unice a fratelui ei, Moise, pretinzând poziție de egalitate, iar în consecință Dumnezeu a pedepsit-o cu lepră, toată devenind „albă ca zăpada” (Numeri 12:10). Lepra Mariei nu a avut timp să cauzeze vreo dizabilitate pentru că Moise a și mijlocit pentru vindecarea ei. Lecția pe care a primit-o Maria este evidentă.

Naaman era comandantul armatei siriene (2 Regi 5). Avea bani, putere, faimă și o soție iubitoare, dar nu se putea bucura de ele pentru că era lepros. Providența face ca să afle de la o fetiță roabă israelită despre existența unui profet al lui Dumnezeu, capabil să facă mari minuni. Disperat se agață de ultima fărâmă de speranță și pleacă încărcat de daruri în Israel. Este primit cu reticență de necredinciosul rege Ioram, dar aparent, și de profetul Elisei. Acesta îi trimite vorbă prin slujitorul său, Ghehazi, să se scalde de șapte ori în râul Iordan. Orgoliul lui Naaman este zdruncinat de atitudinea israeliților și de soluția umilitoare oferită. La insistențele slujitorilor săi acceptă „medicamentul”. Minunea are loc, și Naaman este vindecat. Naaman dorește să își manifeste recunoștința față de omul lui Dumnezeu, dar este refuzat. Lecția care se dorește a fi transmisă este că niciun dar nu poate cumpăra mila divină care est... gratuită.

Ghehazi nu poate asista impasibil la oportunitatea irosită de a-și procura o mică avere. Astfel că îl prinde din urmă pe Naaman și în numele lui Elisei îi cere din darurile aduse, motivând că ei doresc să ajute niște nevoiași veniți în vizită. Deși acționase în secret, Duhul lui Dumnezeu l-a înștiințat pe Elisei despre cele întâmplate. Când acesta l-a confruntat, Ghehazi a negat. Lăcomia și minciunile lui Ghehazi aveau să fie pedepsite de Dumnezeu cu boala lui Naaman, devenind „plin de lepră, alb ca zăpada” (2 Regi 5:27).

Azaria (sau Ozia - 2 Cronici 26) a fost un rege de succes al regatului Iuda, mai ales în prima parte a conducerii sale de cincizeci și doi de ani. Prosperitatea economică și militară l-au făcut faimos. Dar cronica de la palat consemnează că atunci „cand a ajuns puternic, inima i s-a înălțat și l-a dus la pieire”. Îngâmfarea lui a culminat cu intrarea în Templu, în zona rezervată preoților pentru a arde tâmâiepe altar, ritual cerut de Lege doar preoților. Când soborul de 80 de preoți l-a mustrat, Azaria s-a mâniat și în acel moment trupul lui a fost lovit de lepră, iar soborul l-a scos afară. De atunci a trăit izolat și responsabilitățile de rege au fost preluate de fiul său, Iotam.

Carantinarea leproșilor a fost cunoscută din vechime ca fiind măsura cea mai eficientă privind limitarea răspândirii acestei boli contagioase. De obicei bolnavii locuiau în afara zidurilor cetății, având o zonă a lor. Citim în 2 Regi 7 despre **patru leproși** care sunt prinși între armata asiriană asediatoare și cetatea Samariei. Pentru că nu aveau ce mânca au realizat că singura variantă era să meargă în tabăra asiriană de unde aveau șansa să primească merinde și să mai trăiască. Spre surpriza lor au găsit tabăra părăsită de soldați, dar cu multă pradă de război, și bineînțeles, mâncare din belșug. După ce și-au potolit foamea s-au gândit la oamenii din cetate care sufereau și le-au dat și lor vestea bună a izbăvirii.

-va urma-

NCEPUT DE TOAMNĂ.

Adie un vânt ușor
Păsări se arată în zare
Pregătite pentru zbor
Pleacă în depărtare.

Un glob de aur risipit
De abia se mai zărește
Florile s-au ofilit
Frunza ruginește.

Pe câmp, pe ogoare
Țăranii harnici muncesc
Adună totul în hambare
Ei cu pământul se înfrățesc.

Dar ce e?... Frigul s-a întețit
Natura poartă haină ruginie
La noi toamna a venit
Cu rod bogat în vie.

Liniștea încet coboară
Peste zile tot mai reci
Te-aș ruga toridă vară
De la noi să nu mai pleci.

Da! E toamnă peste sat
Anotimp de nostalgie
Păsările au plecat
Natura e acum pustie

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor
Din vol.:
Prin timp și anotimp la mare

MERITĂ SĂ FIM, NU NUMAI SĂ EXISTĂM

Din comoditate și nepăsare
- noi, oamenii, - orgolioase
- umbre călătoare,-
nu dorim să vedem Realitatea Lumii de astăzi:
cine am putea deveni, curând,
-... Dacă ...-
- Dacă nu gândim spre Lumină –
și dacă, păpușarii, care sponsorizează la greu
urâtul, incertitudinea și ura,
vor învinge, construind în noi, permanente
abisuri sufletești
fără ieșire... adică, OM-ROBOT...!?!...
Mulți pământeni au dărâmat, cu voie ori
fără de voie,
coridorul albastru care duce
către Veșnicul Cel Prea Înalt.
Rugăciunile sunt singurele
„materiale”
care ajută reconstrucția sufletelor,
(temporar?), păcălite de abilitatea
păpușarilor
răspândiți pretutinnderi.
Încercați să reconstruiți sufletele.
ASTĂZI! NU mâine...
Amin.

Nicu Popcov
București

DESPRE PREȚUL TAINEI IUBIRII

Făcusem din tandem prielnic doar o oază,
Și se arăta ca luminat în viitor un orizont,
Dar nu puteam să pun prea multa bază,
Că inima voia repere neblazate în sentiment blazon.

Și stângăcia era și ea spre o accidentare,
Mă risipeam în tehnici facile de împrumut,
Dar dincolo de semne sau minuni, unde străbatem cărare
Era un preț prea fulminant de conceput.

Dar îl plătesc cumva în ani tumult Rahelici,
Cu voie bună anii trec duium forjati ca zile,
Și nu știu cum azi mereu chiar tineri luciferici,
În patimi cad, apoi în dispret ei simt torpile.

E pentru că taina iubirii deloc nu se studiază,
Și menestrei și menestrele cad din datorie,
Cinstea, dreptatea în familii se tot asfixiază,
Și buimăcit e curajul de a ierta, o știm prea bine.

Vrem mult, dorințe mari cad la poarta nepăsării,
Fidelitatea e un renghi și nu mai e deloc o armă
Și astfel nestingheriți în crezul damnat al uitării,
Degeaba punem preț pe clipă, că e o tagmă oarbă.

Neconsacrarea roade și nimeni alarma nu ne sună,
Ne ferecăm în mulțumiri de sine prea ades măiestre,
Ne-am învățat ca neam cu spiritul de turmă,
Și din iubire împărțim ba poezii, ba și scandal în manifeste.

Diaconu Liviu Aurel

O FRUNZĂ

O biată frunză rătăcită de vânt,
de ploi era rănită.
Căzuse jos și-am ridicat-o,
În palma mea am așezat-o, pe-acestă
frunză rătăcită.
Doream atunci, cu acea ardoare
să fie o binecuvântare.
În amintiri, am strecurat-o,
o filă o adăpostea,
frunza... ea să fie a mea.
Să nu mai fie umilită,
nici de timpuri tot rănită,
eram atât de tulburat,
încât la Cer eu am strigat!
Și-am spus cu vocea ce-o purtam,
din suflet ...din inimă curat:
dacă ca frunza voi cădea,
sub pașii lumii apăsat,
mereu rănit, batjocorit,
de suferință adâncit.
dacă, ca frunza-n vânt voi fi lovit.
În Palma Ta Isus Hristos.
Lasă-mă să mă așez ca adăpost.
Nu mă lăsa să veștejesc.
Ajută-mă să înverzesc.
Dragostea Ta să o primesc.
Doamne! Rămâi Iisus Hristos al meu.
Pe Palma Ta eu să trăiesc.
Ca veșnic să întineresc.
Tu - Rege la Tronul Tău Împărătesc.
Eu - fiu al Tău ales pe veci.
Amin.

Elena Avram - Zaragoza

NU A PLECAT

Nu a plecat
nicio secundă
în care ne-am iubit,
nu a murit
nicio bucată din timp,
ci dimpotrivă
a rămas totul la fel:
noi doi
bătând
în inima celuilalt
și un an ce aștepta
în tocul ușii
să ne îmbrace frumos.
Nu s-a șters nimic
din ce am trăit,
toate urmele
s-au înghesuit
într-un colț de suflet...

Magdalena Dorina Suciu

ISUS PE CRUCE AI MURIT

La Tine vin și eu smerit
Iartă-mi toată vina mea
Prin jertfa Ta la Golgota
Schimbă-mi toată viața mea
Prin jertfa Ta la Golgota
Mereu să schimbi viața mea
Prin Duhul Sfânt spre slava Ta

Isus pe cruce ai murit
Prin jertfa Ta noi biruim
Isus pe cruce ai murit
Prin jertfa Ta sunt neprihănit
Isus pe cruce ai murit
Ai înviat, ne-ai mântuit

Perciu Elena - Craiova
„Trandafirul smuls de lume
Răsădit de Dumnezeu”

NEGRUL

Mă duceam şi eu, odată, cu un tren, la Bucureşti,
Să îmi iau o îngheţată şi o carte cu poveşti.
Şi eram, din întâmplare, într-un fain compartiment,
Cu un foarte oarecare negru negru permanent.
Dup-o lungă şi bogată perioadă cristalină
De tăcere minunată şi de linişte deplină,
Îmi iau brusc, aşa, deodată, toată inima-n mustaţă
Şi aşa, cu gura toată, îi zic negrului, în faţă:
-Băi, să fie şi să fie gălăgie la Piteşti,
Pe onoarea mea zbanghie, ,tare foarte negru eşti!
-Da, mă! zice şi-mi răspunde negrul foarte mândru foc,
După câteva secunde de gândire antişoc.
Din nou linişte şi pace şi tăcere şi atât.
Dup-un timp, iar n-am ce face şi-l întreb nehotărât:
-Băi, să fie şi să fie circ şi teatru la Ploieşti,
Pe onoarea mea zglobie, da' de unde zici că eşti?
-Cum de unde? Nu se ştie? Sunt exact din Camerun!
Îmi răspunde cu mândrie negrul cât ai zice "tun".
-Aşa deci şi vasăzică! mă mir eu frumos ca unul.
Şi aşa, la o adică, e departe Camerunul?
-Ohohoo,şi ce departe! zice negrul, serios,
Ca la început de carte cu final spectaculos.
Şi iar linişte deplină şi tăcere berechet.
Doar o muscă de duzină se aude, dar încet.
O-ntrebare perspicace mă tot macină cu zel,
Dar tac mâlc că n-am ce face şi-s isteţ la pătrunjel.
Totuşi însă, dup'-o vreme, nu mai pot să mai rezist,
Dau din gene fără scheme şi întreb ca la dentist:
-Măi, nenică frăţioare, nu că zic ce zic şi spun,
Dar aşa, din întâmplare, al cui eşti din Camerun?

Petrache Florian
Puchenii Mari - Prahova

TU EȘTI TOTUL

Tu mă iubești Doamne cu adevărat
salvează-mă din starea de păcat,
scoate-mă din lanțurile urgiei,
Du-mă pe Calea veșniciei.

Ești dragoste curată Domnul meu
vreau să fiu și eu copilul Tău.
Tu ești fericire-adevărată,
vreau să văd și eu a Ta față.

Întoarce-mă din drumul pribegiei
dăruiește-mi Calea veșniciei.
Tu știi cât de mult eu doresc
să nu mai rătăcesc....

Tu ești tot ce-mi doresc mai mult
ajută-mă glasul să-Ți ascult.
Să Te urmez până la moarte
și de-acolo mai departe.

Tu îmi ești viață clipă de clipă
Ia-mă te rog sub a Ta aripă
Măduva din oase Tu mi-o răscolești
toată ființa mea doar Tu o cunoști!

Maricica Cristea
Din vol.
„Din valurile lumii"

NEPUTINȚĂ, STIU, MI-E ÎNTELEPCIUNEA O COROANĂ!

Neputință, știu…mi-e înțelepciunea, o coroană!
Pentru ce ce aș pune-o cuiva fără minte…
ce nu face decât să condamne?

Mă-nveți mereu…
Lucidă să fii, așa cum ești.
Orice spui real să dovedești!
Cu minte în lumea asta întortocheată să rămâi,
e încă o dovadă a Căii Cele Dreapte
de care trebuie să ții, există și o știi!
Ai o oglindă? În oglindă, când privești…
nu trebuie riduri sufletești!
Luciditate unde azi, astralul cere socoteală,
de ce ochi-ți din toamna lungă
să nu aleagă primăveri înfloritoare?
suntem mici pentru ei,
cei care fac planuri mișele
și tot vor să ne înșele!
- Dacă totul e înconjurat în flăcări,
cum scap de ele?
Căci doar gândul zboară cu aripi mari
să atingă astralul mării,
ispita mă face doar una dintre pământeni…
înspăimântată,cu greșeli!
-Dar, te-am făcut ca să vii cu dorința de a Fi! Fii!
Nu îți îndeplinește visarea nimic?
Toate poveștile se nasc din strune de adevăr,
cu salve rustice sculptate în fiecrare respirație.
cu glas de unde profunde de Divin.
Și e somn recunoscut, să nu vezi norocul îndeplinit!
Trezește-te azi, copilo!
Și spală-ți ochii, e încă verde iarba,
florile miros frumos!
Și încă ești aici……iubind să visezi.
-Sunt, imfimă-n colț de gând!
Și rămân la clipa ce real o simt
zbătându-se printre lacrimile inimii!

Ana Maria Dămoc

ÎNCEPUT DE TOAMNĂ

Au început să cadă
În fiecare zori
De secetă răpuse
Petalele de flori.

Toamna nouă
Vine cu rouă
Toamnă, pustitorul rost
Din durerea suspinului ce-a fost.

În mâlul ce scade fumegând
Mai luptă cu moartea o floare
Cu frunzele cernite-n sinistra culoare
A negrului muced ce vine ca o răzbunare.

Cidem Narcis Brăslașu - Constanța
Din vol.
„Elegia unui om"

RUGĂCIUNE DE ELIBERARE

Doamne, ne rugăm la Tine,
Pentru ziua care vine.
Apără cu Harul Tău
De tot ce poate fi rău.

De neliniște, tristețe,
Dar și de false povețe.
Izbăvește-ne pe noi
De orice griji și nevoi.

Noi îți zicem: Slavă Ție,
Convinși că o să ne fie,
Sprijinul Tău de folos
Pentru orice credincios.
Amin!

Nicolae Popescu
„De la real la ideal"

Talentul... Creația ta

continuare din pag. 6

problemei și să vezi că nimic nu se mișcă.

Să nu uiți însă că mereu vine a 7-a zi. Nu ai de unde ști dacă nu cumva astăzi e ultima zi de marș în tăcere. Poate chiar azi vei vedea zidurile dărâmate și vei striga „aleluia" din răsputeri.

Acceptă că poate exista un plan „B"

Dumnezeu nu gândește lucrurile ca tine. Dumnezeu vede ceea ce tu nu vezi. El lucrează cu migală aspecte care ție îți scapă.

În timp ce tu stai cu ochii doar pe un tip de răspuns, El poate lucra în multe feluri diferite. Ajustează-ți rugăciunea.

Cântărește-ți cuvintele.

Cercetează-ți inima.

Încrede-te în planul Lui.

Acceptă că Tăcerea Lui nu e lipsa Lui, ci înțelepciunea care are alte căi decât ale noastre.

Setează busola pe nordul promisiunilor lui Dumnezeu.

Nu te mai lua după vorbele oamenilor.

Nu mai lăsa ca inima ta să fie plină de îngrijorările unor vești produse în studiouri de televiziune mincinoase.

Fă curat în jurul tău și nu lăsa oameni care îți fură încrederea în făgăduințele Lui.

Își ofer cu dragoste și încredere o promisiune pentru ziua de azi: Psalmii 46:1 – „Dumnezeu este adăpostul și sprijinul nostru, un ajutor care nu lipsește niciodată în nevoi."

Vreau să împărtășesc cu tine, rugăciunea care m-a ajutat cel mai mult: „Doamne, în toate facă-Se voia Ta cea sfântă, plăcută și desăvârșită. Mă încred în Tine cu toată inima mea. Îmi este greu cu multe în viață, dar am încrederea că atâta vreme cât sunt cu Tine voi fi mai mult decât biruitor."

E greu drumul așteptării?

Întârzie răspunsul?

Pășește înainte și nu te lăsa.

Rezistă descurajării.

Alungă îngrijorarea.

Ușa nădejdii se deschide doar din interior.

Dumnezeu să ne asculte rugăciunea.

Fii binecuvântat cu o săptămână a rugăciunii împlinite."

-sfârșit-

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Suntem câteva mii de cititori... și doar atât de puține solicitări de rugăciune! Nu mai avem probleme?! Nu mai avem încredere în El?!

Sau, vorba unui cititor: „Poate ne-am săturat de rugăciune!"

„Tot ce veţi cere cu credinţă, prin rugăciune, veţi primi."
(Matei 21: 22)

Rugăciune pentru Ion. Acum 2 zile a avut un accident, a avut o cădere și are multe fracturi. Va trebui să fie imobilizat la pat mai mult de 2 luni. Să ne rugăm pentru vindecarea lui, ca Domnul să se folosească și de medicii care se îngrijesc de el, pentru ca el în aceste momente să caute pe Domnul și să își predea viața Lui! Amin!

Marius

Să ne rugăm pentru prietena mea Mariana, imobilizată din cauza unei boli. A decedat sora ei. Suferință și durere pe care numai Dumnezeu o poate alina.

Mirela Voican solicită rugăciunea noastră pentru că nu se simte bine. Boala, durerea și singurătatea îi provoacă pe lângă celelalte probleme atacuri de panică

Emilia

Mulțumesc tuturor celor care s-au rugat pentru tatăl meu. Mulțumim bunului Dumnezeu, analizele au ieșit bune și de data aceasta.

De vreo șapte ani am escare la șezut, și nu se vindecă. Rog să mă susțineți în rugăciune!

Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară și în viitor.

Aurel

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, doar... atât de puțini conștientizăm importanța și necesitatea rugăciunii? Doar... atât de puțini înțelegem și credem că atunci când mai mulți se roagă, Dumnezeu lucrează? (Mat. 18:19)

Carp Lucian
București

Ne plângem cu toții că nu avem răbdare, că nu ne place să așteptăm. Și chiar credem în asta. Doar că ne petrecem mare parte din timp așteptând. Așteptăm zile libere, momente frumoase, oameni mai buni, iubire ca în povești, acea fericire pe care parcă toți o au, numai noi nu. Așteptăm. Și așteptăm pentru că suntem orbi… Prea orbi pentru a vedea câte ne-a oferit deja viața, câte ne oferă cei pe care îi avem aproape.

Problema noastră e că mereu trăim cu gândul la ce ne lipsește, în loc să ne bucurăm de tot ce avem. Căutăm neajunsuri și le găsim când ar fi mai ușor să căutăm frumusețea de alături. Se întâmplă adesea să trăim în trecut, măcar câte puțin, să ne amăgim cu momente care au fost și care ne-au făcut să simțim că trăim cu adevărat. Dar nu ne întoarcem niciodată în trecut pentru a ne aduce aminte de toate acele lucruri pe care ni le doream și pe care acum le avem, dar le minimizăm importanța din cauză că acum sunt palpabile, nu simple dorințe.

Ce avem nu e important. Doar ce ne lipsește. Problema e că așa nu vom fi niciodată fericiți, dacă nu învățăm să apreciem ce putem atinge deja, ce putem strânge în brațe, ce face parte din viețile noastre. Problema e că mereu se va găsi câte ceva care să ne lipsească.

Mulțumește pentru tot ce primești, spune-le oamenilor pe care îi iubești cât ții la ei, cât îi apreciezi. Oferă zâmbete și îmbrățișări, apreciere și iubire. Nu e greu. Trebuie doar să te concentrezi puțin și asupra prezentului.

Trașă Ionel
Peretu – Teleorman

„Hristos a părăsit patria Sa cerească pentru ca să mântuiască pe păcătoşi şi a venit pe pământ ca să sufere şi să moară pentru ei. Urmărind aceasta, El S-a trudit, a suferit şi S-a rugat până când— cu inima zdrobită şi părăsit de cei pentru a căror mântuire venise— Şi-a dat viața pe crucea de pe Golgota." EGW - SV 82.1

„Toată această iubire părintească, ce a venit din generație în generație prin canalele inimii omenești, toate izvoarele de gingăşie şi bunătate care s-au deschis în sufletele oamenilor nu sunt decât mici pâraie faţă de oceanele fără margini, atunci când sunt comparate cu iubirea infinită şi inepuizabilă a lui Dumnezeu. Limba nu poate să exprime acest lucru. Pana n-o poate înfăţişa. Poți medita asupra acestui lucru în fiecare zi a vieții tale. Poți să cercetezi Scripturile în mod sincer şi stăruitor pentru a înțelege; poți să faci apel la toată puterea şi capacitatea pe care Dumnezeu ți le-a dat, în străduința de a înțelege iubirea şi mila Tatălui ceresc; şi totuşi, dincolo de acestea, mai există încă o infinită bogăție." EGW - 5M 740.1

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmbovița

...Îți mai amintești de câte ori a avut răbdare Dumnezeu cu tine? De câte ori te-a mângâiat prin făgăduințele Sale sau prin rezolvarea imediată a problemei tale? Aceleași atitudini le așteaptă DUMNEZEUL RĂBDĂRII ŞI AL MÂNGÂIERII, de la tine. De fapt, atunci când răbdarea își va face desăvârșită lucrarea în viețile noastre, vom îndura cu bucurie încercarea și vom avea răbdare cu cei de lângă noi, luând ca exemplu răbdarea Domnului Isus. Până când, până unde? PÂNĂ LA CRUCE... PÂNĂ LA SÂNGE... Până la "răbdarea sfinților, care păzesc poruncile lui Dumnezeu şi au credința lui Isus"-Apoc.14,12. De fapt, PÂNĂ LA CAPĂT!!! ...Această experiență zilnică ne va dezvolta un caracter puternic. Aceasta va fi dovada absolvirii marii ŞCOLI A RĂBDĂRII! "...Dar cine va răbda până la sfârşit, va fi mântuit!" Așadar: CURAJ!!! ÎNAINTE!!! PÂNĂ LA CAPĂT!!! Domnul să-ți ajute (sigur îți va ajuta!) Amin!

Dinescu Emilia
Valea Stânii – Argeș

***ASCULTAREA RUGĂCIUNII - Ioan 11,6. ...În casa surorilor Marta şi Maria durerea era foarte mare. Lazăr, singurul lor frate, era bolnav de moarte. Ele s-au adresat la cea mai potrivită persoană: Domnul Isus. Au trimis un sol la El: "Doamne, iată că acela pe care-l iubești, este bolnav." Dar, ce a făcut Domnul Isus? La prima vedere, nu ne vine să credem: El a mai întârziat două zile unde era, înainte să meargă în Betania! Domnul ŞTIA CE FACE! Pentru că EL TOTDEAUNA LUCRA POTRIVIT CU VOIA TATĂLUI, şi El dorea ca şi de data asta, să-I glorifice Numele. Faptul că nu a mers imediat, avea un temei bine întemeiat... ...Prietene, NU TRECEM ŞI NOI PRIN ACEEAŞI EXPERIENȚĂ ÎN VIAȚA DE PĂRTĂŞIE CU DOMNUL ISUS, CA ŞI CELE DOUĂ SURORI??? Ne rugăm Domnului şi, SE PARE CĂ NU NE VINE NICIUN AJUTOR? Trebuie SĂ ÎNVĂȚĂM că cererile noastre nu sunt ascultate AŞA CUM NE-AM PROPUS NOI... De multe ori ajutorul VINE MAI TÂRZIU! Un fapt e sigur: RUGĂCIUNILE NOASTRE NU SE PIERD; doar că, TREBUIE SĂ AŞTEPTĂM CU RĂBDARE REZOLVAREA LOR... Noi vedem lucrurile de jos, dar Domnul LE VEDE DE SUS! ...Dacă Îi prezentăm Lui cererile noastre, SĂ-L LĂSĂM SĂ LUCREZE POTRIVIT CU VOIA SA, ŞI LA TIMPUL HOTĂRÂT DE EL!... Amin.*

(Nota redacției: Mă întristează faptul că o asemenea rubrică deosebită tinde iarăși să dispară din cauza neimplicării voastre, a celor ce citiți această revistă. Mirarea mea rămâne: oare din cei peste 3.000 de primitori ai revistei, nu se mai găsesc câțiva care să trimită gânduri – proprii sau citite – care să transmită un mesaj de încredere, speranță, optimism… Eu continui să cred că da. Aştept!)

.....Anunțurile redacției..... .....Anunțurile redacției..... .....Anunțurile redacției.....

IMPORTANT!

„Dacă cei care puteți face aceasta, nu reacționați, există riscul ca revista să apară doar din două în două luni sau... să nu mai apară deloc!!!" *Aceasta era concluzia la care ajunsesem și despre care v-am anunțat cu ceva timp în urmă, date fiind scumpirile mari la tipărire și expediere prin poștă! După cum bine vedeți, prima estimare (ca revista să apară doar din două în două luni), din nefericire, a devenit realitate!*

După cum unii dintre voi știți, revista o trimit deja de mulți ani și în format electronic, prin e-mail, mai exact zis în format pdf. Primirea prin e-mail are mai multe avantaje (primirea mai devreme cu câteva zile, toată revista color, claritate a imaginilor, etc.) și un dezavantaj (nu poate fi citită decât pe computer, smartphone, tabletă, etc.). Părerea mea de rău constă în faptul că nu o primiți mai mulți dintre voi prin e-mail. Fac un apel la voi, cei ce aveți computer, smartphone, tabletă și acces la internet, trimiteți-mi pe adresa mea de e-mail (aurelsda@yahoo.com) un scurt mesaj cu adresa de e-mail, astfel încât să o puteți primi și pe e-mail, în format electronic, digital.

Subliniez: toți cei care îmi veți da adresa de e-mail, dacă veți dori, veți primi revista și în format tipărit și în format electronic! Momentan, mulți dintre voi primesc în felul acesta. (O primesc în ambele formate, deoarece, în general, o dau și altora s-o citească)

Însă dacă printre voi, cei care aveți acces la internet, sunteți și persoane care o citiți numai voi și nu aveți nevoie de ea și în format tipărit, încercați să o primiți numai în format electronic. În felul acesta, prin economiile realizate împreună, prelungim „viața" revistei și creăm posibilitatea de a trimite la și mai mulți semeni de ai noștri revista în format tipărit și care nu o pot primi pe e-mail. Aștept să îmi trimiteți adresele voastre de e-mail, dar și adresele poștale sau de e-mail ale celor pe care îi cunoașteți, care au o dizabilitate și care acum nu primesc revista. Împreună putem să le facem o bucurie!

Până acum, 245 prieteni, înțelegând nevoia mare de a face economii, au renunțat la a o mai primi în format tipărit, primind-o doar în format electronic.

Pentru ca această măsură să fie eficientă, este nevoie ca, atunci când vă exprimati acceptul vostru de a o primi numai prin e-mail, să specificați și adresa postală la care primiți în momentul de față revista tipărită.

Vă mulțumesc!

P.S. Dacă dorește cineva să ajute financiar la apariția revistei, o poate face prin mandat poștal sau prin transfer bancar, specificând că este donație (contul și adresa le găsiți în pag. 2).

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

AnaMaria Dămoc

Luptă să mergi, este alegerea ta!

Ai probleme de echilibru sau ți-a fost recomandat de kinetoterapeut și nu-ți permiți unul nou? Te ajut eu!

Sunt în căutarea cuiva care își dorește un premergător Meywalk 2000 pentru adulți, second hand dar în stare foarte bună. Preț 2.000 lei... achizitie + curierat asigurat. Eu nu-l pot folosi din pricina maladiei mele grave! Fancurier îl pătesc eu. ...nu cer bani în plus. Nu vreau să profit, ci să ajut!

Pot fi găsită pe facebook AnaMaria Dămoc sau numărul de telefon 0770-920050.

Vă rog, căutați-mă doar dacă doriți premergătorul!

Dragotă Ionuț Cosmin

Tânăr, doresc să mă ajute persoane cu haine, încălțăminte și bani pentru a-mi face și eu pensia specială de 1.000 RON sau pensia de invaliditate. Pot fi apelat la 0745-898368 WhatsApp) și 0735-773977. Sunt disponibil non-stop. Nu răspund la număr privat!

Dincă Cristi Costel – Rădoiești (Teleorman)

Tată bolnav grav, cu 7 copii mici, risc să-mi pierd casa dacă nu achit 7.000 lei la bancă. Vă rog în numele lui Iisus să ne ajutați. Suntem o familie amărâtă. Tel. 0771-162831. Așteptăm cu disperare ajutorul dumneavoastră!

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

CNCD: Neasfaltarea unui drum poate reprezenta, în anumite condiții, o discriminare

av. DANA BORDEIANU

În anumite situații, neasfaltarea, de către autoritățile locale, a unei porțiuni de drum sau trotuar poate fi considerată o discriminare, potrivit unei hotărâri din vară a Consiliului Național pentru Combaterea Discriminării (CNCD). Este vorba, mai exact, de situațiile în care neasfaltarea unei străzi împiedică o persoană cu dizabilități, utilizatoare a unui scaun cu rotile, să aibă acces la strada principală și astfel îi este îngrădit accesul la viața comunității și libertatea de mișcare.

Potrivit Hotărârii CNCD nr. 603/2021, o asociație ce activează în sprijinul persoanelor cu dizabilități a reclamat că unul dintre beneficiarii acesteia **nu are acces la strada principală din localitate**, deoarece primăria **nu a asfaltat o porțiune de drum**, de circa 400 de metri, din fața casei acestuia.

Astfel, se putea spune că primăria îi îngrădește acestuia accesul la viața comunității din care face parte și, în esență, libertatea de mișcare.

Pe lângă faptul că avea libertatea de mișcare restricționată, persoana cu dizabilități a reclamat și **pagube materiale semnificative**, deoarece, până când s-a adresat CNCD, și-a distrus două mijloace de deplasare adaptate.

Asociația reclamantă subliniază faptul că a încercat, în baza dreptului de reprezentare a membrilor, să aibă un dialog cu primăria comunei, dar fără rezultat, iar în respectiva perioadă **s-au făcut lucrări de asfaltare pe străzile învecinate** celei pe care locuia persoana cu dizabilități.

Primăria, pe de altă parte, a susținut că strada unde locuiește persoana cu dizabilități apare în planul de achiziții privind asfaltarea străzilor din localitate, urmând ca lucrarea de infrastructură, care cuprinde și asfaltarea drumului de acces al persoanei reclamante la strada principală, **să fie demarată după ce vor fi alocate fondurile** necesare de către autorități.

Ținând cont de faptul că, așa cum susține permanent Curtea Constituțională, *„principiul egalității implică un **tratament egal pentru toți cetățenii aflați în situații egale”***, CNCD a stabilit că e vorba despre o discriminare directă.

Pentru a putea fi vorba despre discriminare directă trebuie îndeplinite cumulativ următoarele condiții:

- existența unui tratament diferențiat manifestat prin: orice deosebire, excludere, restricție sau preferință;
- existența unui criteriu de discriminare;
- existența unui raport de cauzalitate între criteriul de discriminare și tratamentul diferențiat;
- tratamentul diferențiat trebuie să aibă ca scop sau efect restrângerea, înlăturarea, folosinței sau exercitării în condiții de egalitate a drepturilor omului și a libertăților fundamentale sau a unui drept recunoscut de lege;
- existența unor persoane sau situații aflate în poziții comparabile.

*„Prin urmare, având în vedere întregul complex de împrejurări și documentele existente la dosar, Colegiul constată că **se poate reține existența faptei de discriminare”***, apare în hotărârea CNCD din vară.

Potrivit hotărârii, CNCD a stabilit **sancționarea cu avertisment a primăriei** reclamate și i-a recomandat acesteia ***„să ia măsurile necesare în vederea în vederea facilitării și permiterii accesului persoanelor cu dizabilități*** *conform prevederilor legale, până la demararea și finalizarea lucrărilor conform planurilor de achiziții publice”.*

-sfârșit-

Sursa: www.avocatnet.ro

Vreau sa o salvez pe Lyana

-ultima parte-

de Harold Gagne

Doctorul Andelfinger era pregătit să încerce imposibilul pentru a salva această fetiță, diagnisticată cu o boală cardiacă gravă și care nu avea decât 20% șanse de supraviețuire pentru a-și sărbători a doua aniversare.

În ziua de 14 februarie 2017, ziua sfântului Valentin, doctorul Andelfinger și Marie-Ange Delrue i-au primit, foarte zâmbitori, într-o mică sală a spitalului. Ei le-au explicat că un tratament este posibil. Riscant, dar posibil de administrat.

"Nu am ezitat nici o clipă, își amintește Lynn. Era singura șansă ca Lyana să supraviețuiască."

Singura problemă: ei nu știau unde să găsească cei 2.900$ pe lună cât va costa tratamentul. Compania de asigurare care avea contract cu întreprinderea unde lucra Joel Deslauriers le-a refuzat în primul moment cererea de a le deconta tratamentul... dar din fericire au acceptat două luni mai târziu, când doctorul Andelfinger a reușit să-i convingă că viața bebelușei era în joc.

Imediat ce a fost plasată în observare la spitalul CHU Sainte-Justine (Spitalul pentru copii din Montreal - Canada), Lyana a primit la început o mică cantitate de Trametinib pe cale orală pentru a măsura efectele. Conceput pentru a distruge tumorile, acest medicament poate avea efecte devastatoare asupra întregului corp. "Până la 90% din medicamentele utilizate în pediatrie, nu au fost fabricate și omologate pentru copii", a observat farmacistul Christopher Marquis de la secția de terapie intensivă pentru copii, sunat să-i sprijine pe colegii săi de la Centre de Formulations pediatriques Goodman de la CHU Sainte-Justine. Marea provocare consista în a determina ce doză va trebui să primească Lyana pentru a fi suficintă să-i vindece inima.

"Am prelevat sânge de la fetiță și cu ajutorul unui echipament sofisticat, am putut stabili concentrația optimă de medicament care va trebui să-i fie administrată", ne-a explicat specialistul în neofarmaceologie Yves Theoret și coordonatoarea Audrey Denoncourt.

În același moment, îm Germania, profesorul Martin Zenker a urmat protocolul stabilit de echipa de CHU Sainte-Justine pentru a-și trata propriul pacient, mult mai afectat decât Lyana, deoarece el deja fusese pus pe ventilație artificială în primele zile după naștere și a trebuit să fie și reanimat la un moment dat. El a reacționat bine la medicament, de altfel ca și Lyana care a scăpat doar cu câteva pete roșii pe piele.

Odată cu întoarcerea acasă, unde părinții săi îi dădeau în fiecare zi o pastilă de Trametinib, fetița se comporta din ce în ce mai bine. Având o imunitate foarte scăzută, ea trebuia să stea doar în casă împreună cu mama sa pentru a fi protejată de viruși. Chiar și înainte de Covid-19, frații și surorile sale, care mergeau la grădiniță, trebuiau să respecte un protocol sanitar foarte strict, pentru a nu o contamina cu vreun virus de gripă sau gastro. Dar viața a continuat. Pe timpul a 17 luni cât a durat tratamentul, familia s-a mărit din nou. De altfel Felicia, care a văzut lumina zilei pe 1 iulie 2018, apoi Phenix, care s-a născut exact la un an mai târziu, ambii sunt în perfectă stare de sănătate. Familia cuprinde șapte copii a căror vârstă este de la 1 la 17 ani.

În mai 2019, cele două echipe medicale quebecoasă și germană, au dezvăluit primile lor rezultate ale terapiei în Journal of the American College of Cardiology. Doar după trei luni de tratament, ameliorarea sănătății clinice a celor doi tineri pacienți a fost spectaculoasă. Apoi pe timpul anului care a urmat, s-a constatat o diminuare importantă a hypertrofiei cardiace. Medicii nu au avut până la urmă altă posibilitate decât să întrerupă tratamentul, efectele te termen lung ale acestui tratament nefiind încă cunoscute.

Trei săptămâni mai târziu, problemele cardiace au reapărut, obligând pe doctori să le prescrie pacienților din nou Trametinib. Totul revenind apoi la normal. Sevrajul din iulie 2020, a fost făcut de o manieră mai progresivă și rezultatele au fost excelente. Lyana nu a mai cunoscut nici o recidivă și duce acum o viață aproape normală.

"Vreo zece copii din întreaga lume și de vârste diferite beneficiază de cercetările noastre, în cele mai multe cazuri avec succes", constată doctorul Andelfinger și Delrue. Ei doresc să obțină o finanțare pentru a putea începe un studiu internațional pe

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

un număr cât mai mare ce copii cu această boală, ceea ce va permite o evaluare științifică a efectelor secundare pe termen lung, dozajul optim de medicament ce trebuie administrat și desigur momentul optim pentru a începe tratamentul. Ei se întreabă deasemenea dacă acest tratament va putea fi aplicat la alte boli de inimă.

"Lyana are mai puțină energie față de copiii de aceeași vârstă cu ea și cu un lejer retard în vorbire, însă ea zâmbește tot timpul", ni se destăinue Lynn Menard și Joel Deslauriers. Tatăl ei a reînceput lucrul, după un scurt concediu care i-a permis să aibă grijă de bebelușă, dar mama sa a trebuit să rămână permanent alături de copil, deoarece slăbiciunea sistemului imunitar, nu-i permite să meargă la grădiniță.

"Lyana ne dă o mare lecție de curaj și ne apropie și mai mult ca familie", afirmă părinții săi, îndrăgostiți încă din adolescență, iar familia este cel mai important lucru în lumea aceasta. Ei încearcă să se reconforteze spunând că totul este posibil în această lume, deoarece acum vârsta Lyanei era deja de două ori mai mare decât speranța de viață pe care i-o dădeau doctorii la naștere. Ei nu se satură să o privească cum luptă cu țipete de bucurie și-și doresc ca această bucurie să nu se termine niciodată!

-sfârșit-

Sursa: Selection.ca – 04 - 2021
Trimis: ***TRAIAN FLOREA*** *- Canada*

.....Viața așa cum este..... .....Viața așa cum este..... .....Viața așa cum este.....

continuare din pag. 3

Dorința de a socializa și de a primi un feedback din partea unor profesioniști l-a determinat pe Radu să se înscrie la concursul „Step Chef Atipic".

„Despre concurs mi-a spus o prietenă din Iași, Oana Mocanu, președinta Asociației Nevăzătorilor din România – Filiala Județeană Iași. De fapt, mi-a trimis un link pe facebook. De ce m-am înscris? „For fun", am zis că mi-ar prinde bine puțină socializare după pauza de COVID, și mai mult decât atât, să primesc și un feedback de la un juriu profesionist", a explicat Radu.

Radu spune că inițial și-a dorit să meargă la „Step Chef Atipic", pentru a se binedispune, dar a realizat că *„ritmul competiției te prinde fără să vrei, când vezi în jurul tău concurenți implicați, dedicați bucătăriei"*. Astfel că a intrat în joc și a câștigat, în cele din urmă, locul 2.

Radu crede că ceea ce a făcut diferența a fost faptul că a gătit simplu și din suflet.

„Ce a făcut diferența? Faptul că nu am încercat să reproduc niște rețete, ci am pus gust din suflet, am gătit cu drag și asta a făcut ca preparatul final să placă juriului. Am fost atent la recomandările juriului, nu m-am complicat, am gătit simplu, cu mult gust, am căutat să asociez corect ingredientele din farfurie", a menționat Radu.

Radu mai spune că își dorește să fie sănătos și să poată gestiona proiectele pe care le are în desfășurare, iar pe viitor „să ducă pasiunea pentru gătit la un alt nivel". De asemenea, el își dorește să se înscrie și la un concurs de gătit „normal", nu doar "atipic", deoarece „confirmarea primită din partea juriului Step Chef Atipic" l-a încurajat să persevereze în bucătărie.

„Fiți exact ce vreți să fiți, aveți încredere în voi. Nu vă lăsați conduși de prejudecăți și nu vă impiedicați de bariere pe care nu credeți că le puteți înlătura. Există loc pentru fiecare pe acest pământ, în orice domeniu, totul e să spui: DA, vreau să fac ! DA, vreau să devin!… Zâmbiți mereu și înconjurați-vă de oameni veseli", transmite Radu cititorilor Jurnal Social.

Concursul Step Chef Atipic a fost organizat de Step-Hear România, Rampe Mobile și BILANCIA România și are ca demers incluziunea persoanelor atipice și promovarea dreptului la o viață normală pentru persoanele cu dizabilități. Partener principal al evenimentului a fost Nestlé România, iar parteneri strategici: Asociația Nevăzătorilor din România, Consiliul Național al Dizabilității din România și Grupul de Inovație și Expertiză Socială. Concurenții au fost jurizați de către: Chef Antonio Passarelli, Chef Mika Passarelli și somelierul Andrei Popa.

Premiile acordate câștigătorilor au fost în valoare de 4.600 de Euro.

-sfârșit-

Sursa: https://jurnal-social.ro/radu-alexa-nu-va-lasati-condusi-de-prejudecati-si-nu-va-impiedicati-de-bariere-pe-care-nu-credeti-ca-le-puteti-inlatura/
Preluat cu permisiune

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 28 a lunii de dinainte de luna de apariție a revistei. Nr. următor va fi în NOIEMBRIE 2022!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

David Florin Dănuț

Mă numesc David Florin Dănuț și aș vrea să cunosc și eu o fată pentru prietenie. Am Parkinson, am 39 de ani și sunt din Târgoviște. Nr. tel. 0734-313142

Iulian – Dâmbovița

28 ani, caut o fată cu un ușor handicap vizual, gr. 2 sau 3, să aibă școală, să fie harnică, cu vârsta până în 30-31 ani. Tel. 0764-468996.

Dragotă Ionuț Cosmin

Tânăr, 36 ani, blond, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 70 kg. Nu am fost căsătorit niciodată. Aș dori să cunosc domnișoare (de vârstă apropiată) sau doamne divorțate (40-44 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din com. Cernișoara, jud. Vâlcea). Pot fi apelat la 0745-898368 WhatsApp) și 0735-773977. Nu răspund la nr. privat!

Bogdan

Bună, sunt Bogdan, am 40 de ani, caut o fată/ femeie serioasă, cu vârsta între 24 si 39, pentru prietenie / căsătorie. Accept cu copii. Nu caut aventuri. Pot fi găsit la 0773-935741 sau 0730-794549

Ion

Mă numesc Căldăraru Ion, am 52 de ani, nevăzător gr. 1, doresc să cunosc o doamnă, cu vârsta între 40 și 50 ani, eventual 60, cu handicap gr. 2 sau 3, ortodoxă sau penticostală, fără vicii. Poate să aibă și copil. Nu răspund la bip, sms sau numere ascunse. Răspund de luni până luni, între orele 9 – 23. Tel. 0728-586837și 0763-950877.

Marian

Mă numesc Joițoiu Marian, am 34 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete serioase, de vârstă apropiată, pentru prietenie, eventual și căsătorie. Tel. 0785-710466. Facebook: https:// www.fa- cebook.com/mariannelu.joitoiu

Zaharia Petruț

Mă numesc Zaharia Petruț, am 51 de ani și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0755- 871769.

Ilie

Bună! Mă numesc Ilie, sunt din Alexandria, am 35 ani, 70 kg, 1,65 m, brunet, creștin adventist, îmi place să mă plimb, să călătoresc, să gătesc, etc. Doresc să cunosc o fată pentru prietenie/căsătorie, cu vârsta cuprinsă între 25 și 40 ani, fără vicii și fără obligații. Tel. 0770-761304

Marius

Bună, mă numesc Marius, am 43 de ani, sunt din Prahova, am o dizabilitate fizică din naștere și doresc o comunicare sinceră și ceva mai mult cu o fată sufletistă, din județele învecinate. Mă puteți găsi la tel. 0720-645724 WhatsApp

Marius

Bună, sunt Marius, 38 ani,1.75 m, 70 kg, din jud. Dâmbovița, cu un mic handicap la piciorul drept, îmi doresc o relație cu o fată, bazată pe încredere și respect reciproc, urăsc minciuna! Tel. 0767-251251

Moinescu Maria

Mă numesc Moinescu Maria Antoaneta, sunt din București, sunt cu paraparezâ, mă deplasez mai greu. Îmi caut jumătatea. Vreau ceva serios. Am 39 de ani, caut partener de 40-48, foarte serios. Răspund de la 8;00 până la 19;00. Nu răspund la privat și nici la cuvinte vulgare. Rog seriozitate! Tel. 0737-415901

Doru

Mă numesc Doru, 45 ani, 1,85 m, 65 kg, sunt din Brașov, am tetrapareză spastică. Doresc să cunosc o fată sufletistă, apropiată vârstei mele pentru prietenie / căsătorie. Să fie o fată răbdătoare, cu suflet mare, care să accepte faptul că am deficiențe fizice și să înțeleagă exact boala mea și să ne construim un viitor frumos împreună. Sunt un om sincer, cuminte, ascultător, îngăduitor și nu accept să fiu mințit. Pot fi contactat la tel. 0770-791576 sau pe facebook la adresa Munteanu Doru. Ofer și cer seriozitate!

Anunț Matrimonial

Creștină adventistă pensionară pe caz de boală, grad 2, cu vârsta de 72 ani, doresc să cunosc o persoană creștină adventistă, pensionară, cu valori frumoase și situație materială bună, pentru o relație de prietenie, eventual căsătorie. Rog seriozitate.

Număr telefon pentru contact 0759-596395

Gabriel Stan

Mă numesc Gabriel Stan și sunt din Ploiești. Am 50 de ani, sunt pensionar de invaliditate gr. 2 și nu am fost însurat niciodată. Îmi doresc să găsesc o fată pentru căsătorie cu vârsta de la 20 de ani până la 50 de ani și să Îl iubească pe Dumnezeu. 0770-583922

Gheorghiță

Mă numesc Gheorghiță, am 45 ani, am gr. 2 și am două pensii. Sunt din Prahova și vreau să cunosc o fată de vârstă apropiată, cu vârsta 39 – 48 ani. Să fie serioasă. Poate să aibă și un copil. Pentru prietenie / căsătorie. Tel. 0729-360845.

Nelu

Mă numesc Nelu, am 45 de ani. Am gr. 2. Vreau să îmi găsesc jumătatea, să fie serioasă, cum sunt și eu. Pentru prietenie / căsătorie. Să aibă între 40-47 ani. Pot fi sunat la 0770-718406.

Mădălina

Mă numesc Pârșu Adina Mădălina și doresc să corespondez cu cât mai multe fete și băieți în mod amical. Nu am preferințe de religie. Doresc să discutam pe diverse teme: religie, istorie, muzică, poezie etc. Pot fi contactată la nr de tel. 0767-581229.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații. De asemenea, dacă persoana contactată refuză să mai continue, respectați-i dorința, nu o/îl sâcâiți, sunând continuu!!!

Atenție la vorbire!
sau
(Cuvântul care face prieteni)

-prima parte-

GEORGE UBA - vicepreședinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

„Căci din cuvintele tale vei fi scos fără vină,
și din cuvintele tale vei fi osândit.”
Matei 12,37

Dacă nu putem contesta aceste cuvinte drepte ale Cărții Cărților, întrebarea mea este: e cineva care nu a greșit în vorbire? Sau putem garanta că nu vom mai greși? Nu vi se pare că rămânem sub judecata celei de-a doua parte a textului, care spune despre osândă? Totuși prima parte spune că „din cuvintele tale vei fi scos fără vină”, ceea ce înseamnă că e posibil să ai acest statut, dat de cuvinte care nu sunt condamnabile. Să începem cu câteva abordări în comunicare, de care să ne ferim. Posibil să ne identificăm cu unele modele ce vor fi prezentate.

a. Vorbirea care jignește, vorbirea punitivă

Este folosită în comunicare pentru a eticheta în mod grosolan defectele cuiva, fără a-l menaja, sau de a te manifesta respingător față de un cunoscut, prieten, sau față de cineva pe care îl întâlnești ocazional. Iată câteva exemple: „Ești un mincinos!” „Mă mir cum te rabdă pământul!” „Ești nesimțit!” „Nu pot avea încredere în tine!” „Am terminat cu tine!” „Ești fără valoare!” „Ești un nesuferit!”

Persoanele care folsesc acest limbaj uzual pentru a pune la zid pe cei indezirabil nu au prieteni și, de obicei, se justifică prin faptul că au dreptate în ceea ce spun, pentru că așa sunt cei condamnați verbal. Când văd o nedreptate nu se pot abține să nu arunce cu focoase verbale distrugătoare în cei ce nu merită să trăiască, după viziunea lor. Ca să-și poată justifica atitudinea și procedeele excomunicative, ei povestesc tuturor defectele celor nedemni și caută adepți pentru a-i izola pe cei ce nu merită atenție sau grațiere. Sub sloganul „ce-i în gușă și-n căpușă”, adică, vezi cât de sincer sunt, încât nu pot să ascund realitatea, acești „distrugători” de „oameni răi”, sunt ei înșiși neintegrați social și relațional. În a spune, franș, în față, despre realitatea respingătoare cu cuvinte de pedeapsă verbală, nu e o virtute, ba dimpotrivă, oamenii de treabă și cu bun simț se feresc să intre în raza judecății unor astfel de oameni, pentru simplu motiv de a nu cădea și ei pradă cuvintelor murdare ale acestor justițiari. E o șansă pentru ca astfel de oameni să se schimbe? Răspunsul este: DA! Nu dăm acum rețeta, până nu epuizăm și alte exponate verbale care pârjolesc relații și suflete.

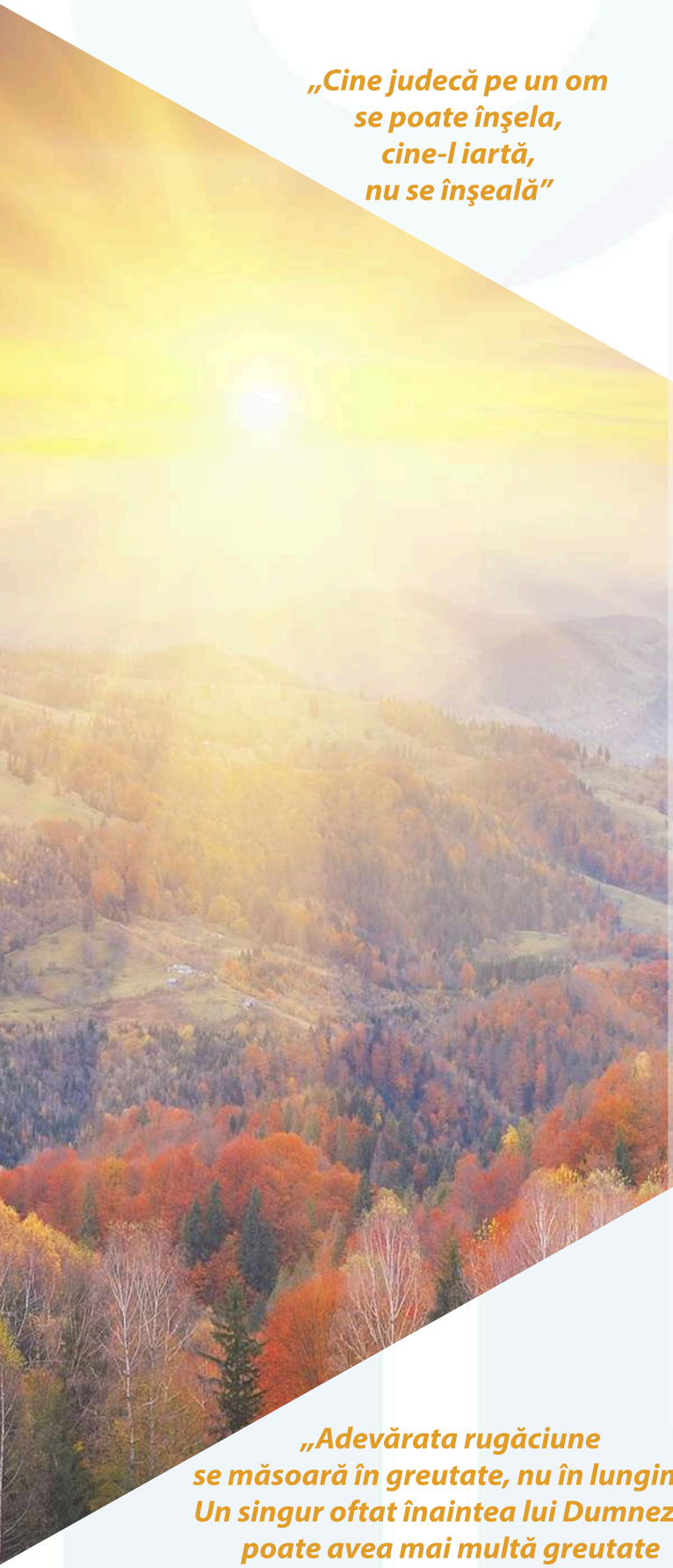
b. Vorbirea de tip „eu...”

Boala aceasta în care apari mereu în plan central, subliniind importanța de sine („Eu am făcut asta!”, „Nimeni nu a reușit să mă depășească!”, „Dacă nu eram eu...” , „Să-ți spun ce mi s-a întâmplat mie!”, „Când i-am dat replica a amuțit!”, „Nu că vreau să mă laud, dar dacă nu interveneam eu...”

Acest soi de oameni ocupă tot orizontul comunicării, nelăsând interlocutorului lui un spațiu cât de mic de a interveni. Egoismul înfrățit cu mândria este esența buchetului verbal prin care se definește narcisistul, sau cel care se expune pe sine în mod excesiv. Lauda de sine este refrenul fiecărei fraze. Acești „performeri” ai vieții își dilată „eul” atât de mult că nu mai poate trece nimeni de ei. Ei cred că fără ei lumea se prăbușește. Credeți că mai au vreo șansă acești însetați de ei înșiși? Altfel și ei sunt pradă singurătății. Eu spun că DA! Și voi argumenta. Până atunci ne pregătim pentru alte subtlități ale cuvintelor care ne pot osândi, dar care prin părăsirea lor ne pot salva. La bună... citire!

-va urma-

„Cine judecă pe un om
se poate înşela,
cine-l iartă,
nu se înşeală”



GÂNDURI DE RUGĂCIUNE

Mă rog ca boala, suferința să dispară,
Durerea și necazul și ce e trist să piară,
Dar mă întreb de-i drept și înțelept
Și dacă e corect ca împlinirea rugii să aștept.

Mai bine m-aș ruga ca voia Ta să se împlinească
Și dragostea Ta sfântă-n mine tot să crească,
Mai bine m-aș ruga pentru un duh de pocăință
Și să mărești Tu zilnic slaba mea credință,

Te rog, o, Tată schimbă-mi gândul, firea,
Privește-mă și schimbă-mi chiar privirea,
Ajută-mă să nu mă văd mereu pe mine
Ci-n tot ce fac să mă gândesc la Tine.

Emilia Dinescu

„Adevărata rugăciune
se măsoară în greutate, nu în lungime.
Un singur oftat înaintea lui Dumnezeu
poate avea mai multă greutate
decât o rugăciune lungă și frumoasă.”

ÎMPREUNĂ